

梁实秋 著



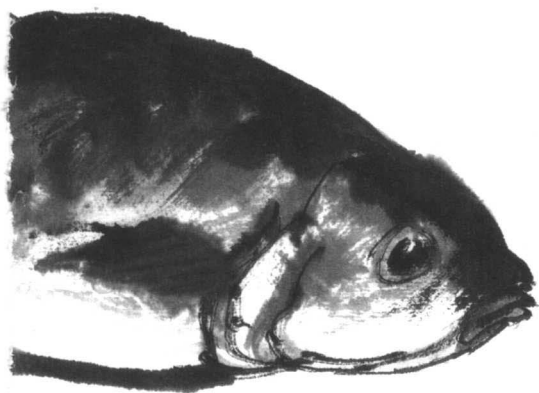
梁实秋 谈吃

馋非罪，反而是胃口好、健康的现象，比食而不知其味要好得多。

馋，则着重在食物的质，最需要满足的是品味。上天生人，在他嘴里安放一条舌，舌上还有无数的味蕾，教人焉得不馋？馋，基于生理的要求，也可以发展成为近于艺术的趣味。



北方文艺出版社



梁实秋 著

梁实秋 谈吃

饕非罪，反而是胃口好、健康的现象，比食而不知其味要好得多。

饕，则着重在食物的质，最需要满足的是品味。上天生人，在他嘴里安放一条舌，舌上还有无数的味蕾，教人焉得不饕？饕，基于生理的要求，也可以发展成为近于艺术的趣味。



北方文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

梁实秋谈吃/梁实秋著.—哈尔滨:北方文艺出版社,
2006.7

ISBN 7-5317-2019-1

I.梁... II.梁... III.饮食-文化-研究-中国

IV.TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 075474 号

梁实秋谈吃

作 者 / 梁实秋

责任编辑 / 王学刚 王金秋

装帧设计 / 大兴基业

出版发行 / 北方文艺出版社

地 址 / 哈尔滨市道里区经纬二道街 17 号

网 址 / <http://www.bfwy.com>

邮 编 / 150010

电子信箱 / bfwy@bfwy.com

经 销 / 新华书店

印 刷 / 北京高岭印刷有限公司

开 本 / 960×640 1/16

印 张 / 15.75

插 页 / 4

字 数 / 200 千字

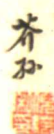
版 次 / 2006 年 10 月第 1 版

印 次 / 2006 年 10 月第 1 次印刷

定 价 / 19.80 元

书 号 / ISBN 7-5317-2019-1/Z·3

雪洲昨夜元
珠脫罔象多
年求不得
有人摸索到
西湖離了崑
崙依舊果
熟葡萄白
芥和



看他開口笑
語漫落珠璣



鯉魚初
入饌新
笋過塘
東小圃



彈雙圓充飢塞津
涼沁唇黃金作服食
天占壽吳人沈周





目 录

第一卷 我吃,固我在

馋	3
吃相	7
吃相	10
吃	12
吃在美国	13
吃醋	16
喝茶	18
吸烟	21
喜筵	25
请客	28
读《媛珊食谱》	31
《饮膳正要》	34
读《中国吃》	37
再谈《中国吃》	46
读《烹调原理》	52
病从口入	57
北平的零食小贩	58
豆汁儿	65

溜黄菜	79
韭菜簪	80
菠菜	82
龙须菜	84
笋	85
酱菜	88
豆腐	90
茄子	93
萝卜汤的启示	95
“千里莼羹,未下盐豉”	97

第三卷 果然有好味

关于苹果	101
酸梅汤与糖葫芦	103
核桃腰	105
核桃酪	107
栗子	109
莲子	111

第四卷 鱼我所欲也

第二卷 爱生活,爱饭桌

厨房	69
圆桌与筷子	72
味精	75
牙签	77

炸活鱼	115
醋熘鱼	117
两做鱼	119
瓦块鱼	121
黄鱼	123

鱼翅	125	鸽	185
鲍鱼	128	铁锅蛋	187
生炒鳝鱼丝	130	乌鱼钱	189
海参	133	由熊掌说起	190
佛跳墙	135	饮酒	193
蟹	138	“啤酒”啤酒	196
炆青蛤	141	说酒	199
牛贝	145		
西施舌	147		



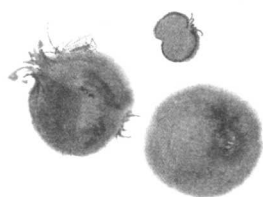
第六卷 吃饱了就走

第五卷 酒肉穿肠过		八宝饭	203
		粥	205
狗肉	151	面条	207
腌猪肉	154	窝头	209
烤羊肉	157	酪	212
烧羊肉	159	水晶虾饼	215
腊肉	161	烙饼	217
火腿	163	烧饼油条	219
白肉	165	薄饼	222
狮子头	167	汤包	224
炸丸子	169	菜包	226
鱼丸	171	饺子	228
烧鸭	173	煎馄饨	230
拌鸭掌	176	爆双脆	232
糟蒸鸭肝	177	锅巴	234
锅烧鸡	179	满汉细点	236
芙蓉鸡片	181	粽子节	239
咖喱鸡	183	“麦当劳”	240



第一卷

我吃，因我在





饒非罪

馋

馋,在英文里找不到一个十分适当的字。罗马暴君尼禄,以至于英国的亨利八世,在大宴群臣的时候,常见其撕下一根根又粗又壮的鸡腿,举起来大嚼,旁若无人,好一副饕餮相!但那不是馋。埃及废王法鲁克,据说每天早餐一口气吃二十个荷包蛋,也不是馋,只是放肆,只是没有吃相。对某一种食物有所偏好,于是大量的吃,这是贪多无厌。

馋,则着重在食物的质,最需要满足的是品味。上天生人,在他嘴里安放一条舌,舌上还有无数的味蕾,教人焉得不馋?馋,基于生理的要求,也可以发展成为近于艺术的趣味。

也许我们中国人特别馋一些。馋字从食,免声。免音谗,本义是狡兔,善于奔走,人为了口腹之欲,不惜多方奔走以膏馋吻,所谓“为了一张嘴,跑断两条腿”。真正的馋人,为了吃,决不懒。

我有一位亲戚,属汉军旗,又穷又馋。一日傍晚,大风雪,老头子缩头缩脑偎着小煤炉子取暖。他的儿子下班回家,顺路市得四只鸭梨,以一只奉其父。父得梨,大喜,当即啃了半只,随后就披衣戴帽,拿着一只小碗,冲出门外,在风雪交加中不见了人影。他的儿子只听得大门哐啷一声响,追已无及。

越一小时,老头子托着小碗回来了,原来他是要吃榲桲拌梨丝!从前酒席,一上来就是四干、四鲜、四蜜饯,榲桲、鸭梨是现成的,饭后一盘榲桲拌梨丝别有风味(没有鸭梨的时候白菜心也能代替)。这老头子吃剩半个梨,突然想起此味,乃不惜于风雪之中奔走

一小时。这就是馋。

人之最馋的时候是在想吃一样东西而又不可得的那一段期间。希腊神话中之谭塔勒斯，水深及颚而不得饮，果实当前而不得食，饿火中烧，痛苦万状，他的感觉不是馋，是求生不成求死不得。馋没有这样的严重。人之犯馋，是在饱暖之余，眼看着、回想起或是谈论到某一美味，喉头像是有馋虫搔抓作痒，只好干咽唾沫。一旦得遂所愿，恣情享受，浑身通泰。

抗战七八年，我在后方，真想吃故都的食物，人就是这个样子，对于家乡风味总是念念不忘，其实“千里莼羹，末下盐豉”也不见得像传说的那样迷人。

我曾痴想北平羊头肉的风味，想了七八年；胜利还乡之后，一个冬夜，听得深巷卖羊头肉小贩的吆喝声，立即从被窝里爬出来，把小贩唤进门洞，我坐在懒凳上看着他于暗淡的油灯照明之下，抽出一把雪亮的薄刀，横着刀刃片羊脸子，片得飞薄，然后取出一只蒙着纱布的羊角，洒上一些椒盐。我托着一盘羊头肉，重复钻进被窝，在枕上一片一片的羊头肉放进嘴里，不知不觉地进入了睡乡，十分满足的解了馋瘾。但是，老实讲，滋味虽好，总不及在痴想时所想象的香。

我小时候，早晨跟我哥哥步行到大鹑鸽市陶氏学堂上学，校门口有个小吃摊贩，切下一片片的東西放在碟子上，洒上红糖汁、玫瑰木樨，淡紫色，样子实在令人馋涎欲滴。走近看，知道是糯米藕。



一问价钱，要四个铜板，而我们早点费每天只有两个铜板，我们当下决定，饿一天，明天就可以一尝异味。所付代价太大，所以也不能常吃。糯米藕一直在我心中留下不可磨灭的印象。后来成家立业，想吃糯米藕不费吹灰之力，餐馆里有时也有供应，不过浅尝辄止，不复有当年之馋。

馋与阶级无关。豪富人家，日食万钱，犹云无下箸处，是因为他这种所谓饮食之人放纵过度，连馋的本能和机会都被剥夺了，他不是不馋，也不是太馋，他麻木了，所以他就要千方百计的在食物方面寻求新的材料、新的刺激。

我有一位朋友，湖南桂东县人，他那偏僻小县却因乳猪而著名，他告诉我每年某巨公派人前去采购乳猪，搭飞机运走，充实他的邹厨。烤乳猪，何地无之？何必远求？

我还记得有人治寿筵，客有专诚献“烤方”者，选尺余见方的细皮嫩肉的猪臀一整块，用铁钩挂在架上，以炭肉燂炙，时而武火，时而文火，烤数小时而皮焦肉熟。上桌时，先是一盘脆皮，随后是大薄片的白肉，其味绝美，与广东的烤猪或北平的炉肉风味不同，使得一桌的珍馐相形见绌。

可见天下之口有同嗜，普通的一块上好的猪肉，苟处理得法，即快朵颐。像世说所谓王武子家的蒸狍，乃是以人乳喂养的，实在觉得多此一举，怪不得魏武未终席而去。人是肉食动物，不必等到“七十者可以食肉矣”，平夙有一些肉类佐餐，也就可以满足了。

北平人馋，可是也没听说有谁真个馋死，或是为了馋而倾家荡产。大抵好吃的东西都有个季节，逢时按节的享受一番，会因自然调节而不逾矩。

开春吃春饼，随后黄花鱼上市，紧接着大头鱼也来了，恰巧这时候后院花椒树发芽，正好掐下来烹鱼。鱼季过后，青蛤当令。紫藤花开，吃藤萝饼；玫瑰花开，吃玫瑰饼；还有枣泥大花糕。

到了夏季，“老鸡头才上河哟”，紧接着是菱角、莲蓬、藕、豌豆糕、驴打滚、爱窝窝，一起出现。席上常见水晶肘，坊间唱卖烧羊肉，这时候嫩黄瓜、新蒜头应时而至。



秋风一起,先闻到糖炒栗子的气味,然后就是炆烤涮羊肉,还有七尖八团的大螃蟹。“老婆老婆你别馋,过了腊八就是年。”过年前后,食物的丰盛就更不必细说。一年四季的馋,周而复始的吃。

馋非罪,反而是胃口好、健康的现象,比食而不知其味要好得多。

吃 相

一位外国朋友告诉我，他旅游西南某地的时候，偶于餐馆进食，忽闻壁板砰砰作响，其声清脆，密集如连珠炮，向人打听才知道是邻座食客正在大啖其糖醋排骨。这一道菜是这餐馆的拿手菜，顾客欣赏这个美味之余，顺嘴把骨头往旁边喷吐，你也吐，我也吐，所以把壁板打得叮叮当当响。不但顾客为之快意，店主人听了也觉得脸上光彩，认为这是大家为他捧场。

这位外国朋友问我这是不是国内各地普遍的风俗，我告诉他我走过十几省还不曾遇见过这样的场面，而且当场若无壁板设备，或是顾客嘴部筋肉不够发达，此种盛况即不易发生。可是我心中暗想，天下之大，无奇不有，这样的事恐怕亦不无发生的可能。

《礼记》有“毋啮骨”之诫，大概包括啃骨头的举动在内。糖醋排骨的肉与骨是比较容易脱离的，大块的骨头上所连带着的肉若是用牙齿咬断下来，那龇牙咧嘴的样子便觉不大雅观。所以“割不正不食”、“席不正不食”都是对于在桌面上进膳的人而言，啮骨应该是桌底下另外一种动物所做的事。

不要以为我们一部分人把排骨吐得噼啪响便断定我们的吃相不佳。各地有各地的风俗习惯。世界上至今还有不少地方是用手抓食的。听说他们是用右手取食，左手则专供做另一种肮脏的事，不可混用，可见也还注重清洁。我不知道像咖喱鸡饭一类黏糊糊儿的东西如何用手指往嘴里送。

用手取食，原是古已有之的老法。罗马皇帝尼禄大宴群臣，他

从一只硕大无比的烤鹅身上扯下一条大腿，手举着“鼓槌”，歪着脖子啃而食之，那副贪婪无厌的饕餮相我们可于想象中得之。罗马的光荣不过尔尔，等而下之不必论了。

欧洲中古时代，餐桌上的刀叉是奢侈品，从十一世纪到十五世纪不曾被普遍使用，有些人自备刀叉随身携带，这种作风一直延至十八世纪还偶尔可见。据说在酷嗜通心粉的国度里，市廛道旁随处都有贩卖通心粉（与不通心粉）的摊子，食客都是伸出右手像是五股钢叉一般把粉条一卷就送到口里，干净利落。

不要耻笑西方风俗鄙陋，我们泱泱大国自古以来也是双手万能。《礼记》：“共饭不泽手。”吕氏注曰：“不泽手者，古之饭者以手，与人共饭，摩手而有汗泽，人将恶之而难言。”饭前把手洗洗揩揩也就是了。樊哙把一块生猪肘子放在铁盾上拔剑而啖之，那是鸿门宴上的精彩节目，可是那个吃相也就很可观了。

我们不愿意在餐桌上挥刀舞叉，我们的吃饭工具主要的是筷子，筷子即箸，古称饭箸。细细的两根竹筷，搯在手上，运动自如，能戳、能夹、能撮、能扒，神乎其技。不过我们至今也还有用手进食的地方，像从兰州到新疆，“抓饭”、“抓肉”都是很驰名的。我们即使运用筷子，也不能不有相当的约束。若是频频夹取如金鸡乱点头，或挑肥拣瘦的在盘碗里翻翻弄弄如拨草寻蛇，就不雅观。

餐桌礼仪，中西都有一套。外国的餐前祈祷，兰姆的描写可谓淋漓尽致。家长在那里低头闭眼，口中念念有词，孩子们很少不在那里做鬼脸的。我们幸而极少宗教观念，小时候不敢在碗里留下饭粒，是怕长大了娶麻子媳妇，不敢把饭粒落在地上，是怕天打雷劈。

喝汤而不准吮吸出声是外国规矩，我想这规矩不算太苛，因为外国的汤盆很浅，好像都是狐狸请鹭鸶吃饭时所使用的器皿，一盆汤端到桌上不可能是烫嘴热的，慢一点灌进嘴里去就可以不至于出声。若是喝一口我们的所谓“天下第一菜”口蘑锅巴汤而不出一点声音，岂不强人所难？

从前我在北方家居，邻户是一个治安机关，隔着一堵墙，墙那边经常有几十口子在院子里进膳，我可以清晰的听到“呼噜，呼噜，